SOMA WJ09

取扱説明書

ご使用の前にこの取扱説明書をよくお読みのうえ、正しくご愛用くださいますようお願い申しあげます。
なお、この取扱説明書はお手もとに保存し、必要に応じてご覧ください。

保　証　書

商品名	
保証期間	お買い上げより２年間 お買い上げ日　　年　　月　　日
販売店	

セイコーインスツル株式会社
〒261-8507　千葉県千葉市美浜区中瀬 1-8
ウオッチお客様相談室　☎0120-181-671
受付時間：AM 9:00 ～ 12:00　PM 1:00 ～ 5:00
（土・日・祝日・年末年始・夏季休暇等は除く）

保証期間中に、通常のお取り扱いで万一機械故障が生じました場合、①本保証書と、②お買い上げ時のレシート（領収書）もしくはインターネットショッピング発送票を添えてお申し出くだされば無償にて修理・調整申しあげます。

ただし、次の場合は期間中でも有償修理となりますのでご了承ください。
1）誤ったご使用による故障、またはお取り扱いの不注意による故障　　2）不適当な修理や改造による故障
3）火災または天災による故障　　4）ご使用中に生じる外観上の変化（ケース、ガラス、バンドの小キズなど）
5）電池交換　　6）金属バンド以外のバンド　　7）海外からの送り込み修理依頼に伴う送料に要する実費
修理のとき、ケース・ガラス・バンドなどは一部代替品を使用させていただいたり、またはケースごとの一式交換や代替品に替わることもありますのでご了承ください。

■この保証書は本書に明示した期間、条件のもとにおいて無償修理をお約束するものです。この保証書によってお客様の法律上の権利を制限するものではありません

製品仕様

クロノグラフ機能	1/100 秒、最大 99 時間 59 分 59 秒 99
ラップスプリット機能	100 ラップ
タイマー機能	2 ch リピートタイマー
アラーム機能	3 ch デイリーアラーム
性能防水	10 気圧防水
作動温度範囲	-5℃ ～ +50℃

素材

ケース	プラスチック
ストラップ	ポリウレタン
ガラス	ミネラルガラス

携帯精度
平均月差 ±30 秒（気温 5℃～ 35℃において）

電池：リチウム電池 CR1620
電池の寿命は、特定機能の使用や頻度によりますが約 2 年間です（1 日当たりバックライトを 1 回、アラームを 1 回、ダブルリピートタイマーを 1 回、クロノグラフを 1 時間使用した場合）。

⚠
水中では絶対にボタンを操作しないでください。浸水により破損する可能性があります。

※上記の製品仕様は、改良のため予告なく変更することがあります。

使用上のご注意とお手入れの方法

⚠警告　取り扱いを誤った場合に、重傷を負うなどの重大な結果になる危険性が想定されることを示しています。

⚠注意　取り扱いを誤った場合に、軽傷を負う危険性や物質的損害をこうむることが想定されることを示しています。

●装着・携行等でご注意いただきたいこと

⚠警告
- 携行時の転倒や他人との接触などにおいて、時計の装着が原因で思わぬけがを負う場合がありますのでご注意ください。
- 乳幼児を抱いたりする場合は、時計との接触でけがを負ったり、アレルギーによるかぶれを起こしたりする場合がありますのでご注意ください。
- 装着状態の動作によっては、時計が大切な器物と接触損傷したり、時計の故障となる可能性があるので取り扱いには十分ご注意ください。

⚠注意
- バンド中留部の構造によっては、着脱の際に爪を傷つける恐れがありますのでご注意ください。

●日常のお手入れ

⚠注意
- ケースやバンドは肌着類と同様に直接肌に接しています。汚れたままにしておくと錆で衣類の袖口を汚したり、かぶれの原因となりますので常に清潔にしてご使用ください。
- 時計を外したときは、柔らかい布で汗や水分を拭き取るだけで、ケース・バンド・パッキンなどの寿命が違ってきます。
- 化学薬品（ベンジン、シンナー、アルコール類、洗剤等の有機溶剤）で洗うと、化学変化で時計が劣化することがありますので、ご注意ください。

  〈革バンド〉
  柔らかい布などで水分を吸い取るように軽く拭いてください。こするように拭くと色落ちしたり、ツヤがなくなったりする場合があります。

  〈金属バンド〉
  柔らかい歯ブラシなどを使い、部分水洗いなどのお手入れをお願いします。洗浄後は吸湿性の良い柔らかい布で水分を十分にふき取ってください。非防水時計の場合は、時計本体に水分がかからないようにご注意ください。

  〈軟質プラ製バンド〉
  蛍光灯や太陽光の下に長時間放置したり、汚れが染み込んだりすることによって、色あせ・変色や硬くなったり切れたりする場合があります。特に、半透明のウレタン製のバンドは、変色が目立ちやすく、使用条件によっては数か月で起こり始める場合があります。湿気の多い場所に保管したり、汗や水に濡れたまま放置しておくと、早く変化することがありますので、汚れた時は、石けん水で洗ってください。バンドは化学合成製品ですので、溶剤によっては変質することがありますのでご注意ください。

●かぶれやアレルギーについて

⚠注意
- バンドは多少余裕を持たせ、通気性をよくしてご使用ください。
- かぶれやすい体質の人や、体調によっては、皮膚にかゆみやかぶれをきたすことがあります。
- かぶれの原因として考えられるのは、
  ①金属・皮革に対するアレルギー
  ②時計本体やバンドに発生した錆、汚れ、付着した汗などです。
- 万一肌などに異常が生じた場合は、ただちに使用を中止して、医師にご相談ください。

●防水性能

時計の文字板または裏ぶたにある防水性能表示をご確認の上、使用可能範囲にそって正しくご使用ください。

時計の防水表示	防水の水準＼使用例		洗顔や雨など一時的にかかる水滴	水泳や水仕事など長時間水に触れる場合	空気ボンベを使用しないスキンダイビング	空気ボンベを使用する本格的な潜水およびヘリウムガスを使用する潜水（飽和潜水）
WATER RESISTANTの表示のある時計	日常生活用防水		○	×	×	×
WATER RESISTANT 5Bar／10Barの表示のある時計	日常生活用強化防水	5気圧防水	○	○	×	×
		10気圧防水	○	○	○	×

⚠警告
- 日常生活用強化防水（10 気圧防水）の時計は、飽和潜水や空気潜水には絶対に使用しないでください。
- 日常生活用強化防水（5 気圧防水）の時計は、素潜りを含め、すべての潜水行為には絶対に使用しないでください。

⚠注意
- 日常生活用防水（3 気圧）の時計は、水の中に入れてしまうような環境では絶対に使用しないでください。
- 日常生活用強化防水の時計を海水等の環境下でのご使用後は、なるべく早く塩分などを洗浄してください。錆の原因となる場合があります。水道蛇口下での洗浄は、過度な水圧が加わり、防水不良の原因となる場合がありますので、容器内洗浄で過度な水圧が加わらぬように注意してください。
- 革バンドは材質の特性上、水に濡れると耐久性に影響が出る場合があります。

●保管について

時計を使用しないときは、次の事項が、時計の破損や劣化、故障の原因等となる場合がありますのでご注意ください。
① 「-5℃～ +50℃からはずれた温度」環境下では、性能が劣化したり、停止する場合があります。
② 直射日光の当たるところ、高温になるところ、低温になるところに長時間置くと時刻精度の遅れや進みの原因となる場合があります。
③ 磁気の影響（テレビ、スピーカ、携帯電話、磁気ネックレス等）があるところに放置すると、時刻精度の遅れや進みの原因となる場合があります。
④ 強い振動のあるところに放置すると、破損や時刻精度の遅れや進みの原因となる場合があります。
⑤ 薬品の蒸気が発散しているところや薬品に触れるところに放置すると時計の劣化や破損の原因となります。
　薬品例）ベンジン、シンナー、マニキュア、化粧品などのスプレー液、クリーナー剤、トイレ洗剤、接着剤、水銀、ヨウ素系消毒液、防虫剤など
⑥ 温泉入浴、殺虫剤の入った収納場所など、特殊な環境に放置すると時計の劣化の原因となる場合があります。
⑦ 長時間時計を外しておく時は、箱などに入れて、風通しのよい場所に保管することをお勧めします。

●定期点検について

- 長く安心してご愛用いただくために、2 ～ 3 年に 1 度程度の分解掃除による点検調整をお勧めします。
  ご使用状況によっては、機械部の保油状態が損なわれていたり、油の汚れなどによって部品が摩耗し、時計の進み、遅れが大きくなることがあります。また、パッキン等の部品の劣化が進み、汗や水分の浸入などで防水性能が損なわれる場合があります。分解掃除による点検調整をお買い上げ店にご依頼ください。
- 電池交換などの部品交換の際は、「弊社指定の純正部品」とご指定ください。
- 定期点検の際は、パッキンやバネ棒の新品交換も合わせてご依頼ください。

電池についてのお願いとご注意

●最初の電池

この時計にセットされている電池は、工場出荷時に組み込まれているモニター電池ですので、電池寿命に満たないうちに容量が切れることがありますのでご了承ください。

●電池交換

① 電池交換はお早めに、最寄りの時計販売店で行ってください。
② 電池寿命切れの電池をそのまま長時間放置しますと、漏液などで故障の原因となりますので、お早めに交換してください。
③ 電池交換は、保証期間内でも有料となります。

⚠警告
- この電池は充電式ではないので、絶対に充電しないでください。誤って充電した場合、電池の破裂、液漏れ、破損の危険があります。
- 裏ぶたを故意に開け、電池を取り出さないでください。
- やむを得ず時計から電池を取り出した場合は、ただちに幼児の届かぬ場所に保管してください。
- 幼児が万一飲み込んだ場合は、危険ですのでただちに医師にご相談ください。

⚠注意
- 常温（5℃～ 35℃）から外れた環境で長時間保存しないでください。電池寿命が短くなったり、電池漏液による故障などの原因となる場合があります。

製品の特徴と機能

機能の紹介（本機でできること）

本機は、100 ラップの記録ができるクロノグラフ計測機能を搭載したランニングウオッチです。走行中のラップ / スプリット画面切替などランナーに役立つ機能が搭載されています。

各部の名称と働き

ADJUST ボタン
このボタンで設定状態にできます。また、バックライトの点灯にも使用します。

START/STOP ボタン
計測時のスタート・ストップ、設定時の数値合わせなどで使用します。

MODE ボタン
モード選択や設定項目切替で使用します。

LAP/SAVE ボタン
ラップの計測、記録の保存などで使用します。

NEXT ボタン
表示切替、設定時の数値合わせなどで使用します。

モードの切替と各モードの機能

MODE ボタンを押すたびに、モードがタイム、ラン、データ、タイマー、アラームに切り替わります。表示したいモードに切り替わるまで **MODE** ボタンを繰り返し押します。モードを切り替えたあと、2 秒間はモード名が下段に表示されます。なお、**MODE ボタン**を 1 秒間押し続けると、タイムモードにジャンプします。

タイム（時刻・カレンダー）機能（タイムモード）
2 つのタイムゾーンの時刻とカレンダーを表示し、設定できます。

クロノグラフ計測機能（ランモード）
ラップタイムとスプリットタイムを計測し、記録できます。
※メモリーがいっぱいになった場合、ラン番号の位置に「ーーー」が表示されます。

データ呼び出し機能（データモード）
ランモードで記録されたランタイムとラップタイムなどのデータを確認できます。

タイマー機能（タイマーモード）
2 つのタイマーを交互に繰り返し計測・設定できます。

アラーム機能（アラームモード）
アラーム時刻を 3 つ設定できます。

バックライト

ADJUST ボタンを押すとバックライトが 3 秒間点灯します。

電池寿命切れ予告機能

電池切れが間近になると電池マーク（ ）が点灯し、電池の交換時期をお知らせします。

マークの説明

タイム機能（タイムモード）

時刻・カレンダー・エコモードの設定

❶ **ADJUST ボタン**を 2 秒間押し続けると、秒表示が点滅します。

START/STOP ボタンまたは **NEXT ボタン**を押すと 0 秒に戻ります。

❷ **MODE ボタン**を押すと、分表示が点滅します。

❸ **START/STOP ボタン**を押すと、点滅している数値が進み、**NEXT ボタン**を押すと、点滅している数値が戻ります。これらのボタンで数値を合わせます。
※押し続けると数値が早送りできます。

❷から❸を繰り返して、分、時、日、月、年、12/24 時間表示選択、月 / 日表示順選択、コントラスト調整、エコモード移行時間選択を設定します。

❹ **ADJUST ボタン**を 1 秒間以上押し続けると、点滅状態が終了し、すべての設定が保存されます。
※操作を行わない状態が 2 ～ 3 分間続くと、自動的にすべての設定が保存されます。

❺ タイムゾーンは 2 つ（T1、T2）設定できます。
LAP/SAVE ボタンを 2 秒間押し続けると、タイムゾーンが切り替わります。❶から❹を繰り返してください。

●コントラスト
ディスプレイ表示の濃淡を調整します。
2（濃い）⇄　0　⇄　−2（薄い）

●エコモード
ボタン操作なしで、あらかじめ設定した時間（0・1・3・6・12H）が経過すると、ディスプレイを OFF にして電池の消耗を防ぐ機能です。
※エコモードを使用しない場合は「OH」に設定します。時計はエコモードに移行しません。
※エコモードを解除するには、いずれかのボタンを押します。ディスプレイは ON になります。
※エコモードは、クロノグラフとタイマーがリセットされていないと機能しません。

操作確認音の ON/OFF

START/STOP ボタンを押すごとに、チャイムマーク「♪」がついたり消えたりします。チャイムマーク「♪」がついているときに、操作確認音が鳴ります。

アラーム音の確認

START/STOP ボタンと **NEXT ボタン**を同時に押すと、アラーム音を確認できます。

クロノグラフ計測機能（ランモード）

表示の切換

●**NEXT ボタン**を押すごとに、ラップタイム（LAP）とスプリットタイム（SPLIT）の表示位置が切り替わります。走行中にメインで表示させたい画面にします。
※クロノグラフが作動している状態（走行中）でも LAP/SPLIT 表示の切替ができます。

●**LAP/SAVE ボタン**を押している間、記録できるラップ残数が表示されます。
※クロノグラフがリセットされていないと、ラップ残数は表示されません。

計測の開始・停止・保存・リセット

❶ **START/STOP ボタン**を押すと、ランの計測が開始されます。
※画面は上段：SPLIT、下段：LAP の表示の場合です。

❷ **LAP/SAVE ボタン**を押すとラップタイムが記録され、ラップ番号が 7 秒間点滅します。
このあと **LAP/SAVE ボタン**を押すごとに、その区間のラップタイムが記録され、次のラップ計測が開始されます。ただし、ラップ計測後、約 3 秒間は次のラップの計測ができません。

※ラップの計測後メモリーがいっぱいになると、FULL 表示になります。その後の計測は、記録することができません。計測を記録するためには、クロノグラフをリセット後、データモードの「データの削除」を参照し、不要なデータを削除してください。

❸ **START/STOP ボタン**を押すと、計測が停止し、ひとつのランが終了します。
再び **START/STOP ボタン**を押すと、計測が再開されます。

❹ **LAP/SAVE** を押すと、ランが保存され、リセット状態に表示が切り替わります。

ラン
スタートからゴールまでの計測で、1 つのランは各ラップの合計となります。
ラップ
ランの中の、ある特定の区間を通過するのに要した時間です。
※スプリットはスタートから特定の区間までの途中経過時間です。

データ呼び出し機能（データモード）

データの見方

❶ **NEXT ボタン**を押すごとに、保存されたラン番号が切り替わります。見たいラン番号が表示されるまで、繰り返し **NEXT ボタン**を押してください。

❷ **START/STOP ボタン**を押すごとに、選択したラン番号のデータ（トータルタイム、各ラップ・スプリットタイム、ベストラップタイム、平均ラップタイム）表示が切り替わります。

●ラップタイムまたはスプリットタイム表示中に、**LAP/SAVE ボタン**を押している間、表示を互いに切り替えることができます。

データの削除

●選択したランのデータのみ削除する場合
❶ **NEXT ボタン**を押し、削除したいラン番号を選択します。
❷ **ADJUST ボタン**を押し続けると「CLR」が点滅表示されます。さらに押し続け、「ALL CLR」が表示されたら **ADJUST ボタン**を離します。選択したラン番号のデータが削除されます。

●すべてのランのデータを削除する場合
ADJUST ボタンを押し続けます。表示が「CLR」⇒「ALL CLR」⇒「100 FREE」と変わり、すべてのデータが削除されます。

タイマー機能（タイマーモード）

タイマーの設定

❶ **ADJUST ボタン**を 2 秒間押し続けると、タイマー 1 の秒表示が点滅します。
※タイマーがリセットされていないと、表示は切り替わりません。リセット方法は「タイマーの開始・停止・リセット」をご参照ください。

❷ **START/STOP ボタン**を押すと、点滅している数値が進み、**NEXT ボタン**を押すと、点滅している数値が戻ります。これらのボタンで数値を合わせてください。
※押し続けると数値が早送りできます。

❸ **MODE ボタン**を押すごとに、点滅している表示が切り替わります。
❷から❸を繰り返して、タイマー 1 の秒・分・時、タイマー2 の秒・分・時、リピート回数を設定します。タイマー 2 を 0 秒に設定するとタイマー 1 のシングルタイマーになります。
※タイマーを設定できる時間は 10 秒～ 9 時間 59 分 59 秒です。
※リピート回数は 1 ～ 99 回まで設定できます。

❹ **ADJUST ボタン**を 1 秒間以上押し続けると、点滅状態が終了し、タイマーの設定が保存されます。
※操作を行わない状態が 2 ～ 3 分間続くと、自動的に設定が保存されます。

タイマーの開始・停止・リセット

❶ **START/STOP ボタン**を押すと、タイマーが開始されます。タイマー 1 のタイムアップ後、タイマー 2 が開始されます。リピート回数を 2 回以上に設定している場合はタイマー 2 のタイムアップ後、引き続きタイマー 1 が開始されます。
各タイマーはタイムアップ 3 秒前から予告音が鳴り、その後タイムアップ音が 3 秒間なります。**いずれかのボタン**を押せば、タイムアップ音は止まります。
タイマー 1 とタイマー 2 を交互に繰り返すダブルリピートタイマーです。
※タイマー開始前、**LAP/SAVE ボタン**を押している間、リピート回数を確認することができます。

❷ 途中でタイマーを止めるには、**START/STOP ボタン**を押します。
※タイムアップ音が鳴っている場合は、いずれかのボタンを押して音を止めた後に、**START/STOP ボタン**を押してください。再開する場合も **START/STOP ボタン**を押します。

❸ タイマー終了後、自動的に設定したタイマー時間にリセットされます。途中でリセットする場合はタイマーをストップした後に **LAP/SAVE ボタン**を押します。

アラーム機能（アラームモード）

アラームの設定

❶ **NEXT ボタン**を押すごとに、アラーム番号が切り替わります。
設定したいアラーム番号に合わせます。

❷ **ADJUST ボタン**を 2 秒間押し続けると、分表示が点滅します。

❸ **START/STOP ボタン**を押すと点滅している数値が進み、**NEXT ボタン**を押すと数値が戻ります。
これらのボタンで数値を合わせます。
※押し続けると数値が早送りできます。

❹ **MODE ボタン**を押すと、時表示が点滅します。
❸から❹を繰り返して、分・時の設定、タイムゾーンの選択（T1、T2）をします。
アラームは選択したタイムゾーンの時刻に連動します。

❺ **ADJUST ボタン**を 1 秒間以上押し続けると、点滅状態が終了し、すべての設定が保存されアラームが ON になります。
設定した時刻にアラーム音が 20 秒間鳴ります。

アラームの ON/OFF

❶ **NEXT ボタン**を押すごとに、アラーム番号が切り替わります。
ON/OFFさせたいアラーム番号を表示させてください。

❷ **START/STOP ボタン**を押すごとに、アラームの ON と OFF が切り替わります。

アラーム音の停止

設定した時刻にアラームが鳴ったら、いずれかのボタンを押せばアラームは止まります。